DEPARTMENT OF PUBLIC HEALTH

COUNTY OF SAN BERNARDINO

COMMUNICABLE DISEASE SECTION
799 E. Rialto Avenue, San Bernardino, CA. 92415-0011
IMMUNIZATION 1-800-722-4794.....Fax (909) 386-8325
TUBERCULOSIS CONTROL 1-800-722-4794.....Fax (909) 387-2861
EPIDEMIOLOGY 1-800-722-4794.....Fax (909) 386-8325

TRUDY RAYMUNDO
Public Health Director

MAXWELL OHIKHUARE, M.D.
Health Officer

PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA
13 de Septiembre de 2012
PSA #12-41

CONTACTO: Faith Mwiti & Heather Griffis
Educadores en Salud
(800) 722-4794

Mantenga La Influenza Lejos…Vacúnese Hoy!

San Bernardino. Una vacuna contra la gripe estacional se recomienda cada año para ayudar a proteger a usted, su familia y la comunidad de la gripe. El Departamento de Salud Pública del Condado de San Bernardino patrocinará clínicas de vacunación a bajo costo contra la gripe estacional en todo el Condado a partir del mes finales Septiembre de del 2012. La gripe es una enfermedad respiratoria contagiosa y se puede transmitir fácilmente de una persona a otra. Los síntomas pueden convertirse de leves a severos y pueden causar hospitalización e incluso la muerte. Hágase vacunar hoy mismo para que usted, su familia, sus compañeros de trabajo y otras personas de la comunidad no contraigan la enfermedad.

Una vacuna contra la gripe estacional es ahora universalmente recomendada para:

- Todas las personas de 6 meses o mayores.

Se recomienda especialmente la vacunación estacional contra la gripe para:

- Niños desde los 6 meses hasta los 19 años de edad.
- Personas de 50 años y mayores.
- Personas de cualquier edad que presenten problemas crónicos de salud.
- Mujeres embarazadas.
- Personas que viven en asilos de ancianos o en centros de cuidados a largo plazo.
- Cuidadores en el hogar y trabajadores que proporcionan servicios de salud en el hogar.

Las buenas prácticas de higiene son la mejor manera de prevenir la propagación de la enfermedad:

- Cúbrase la boca con un pañuelo desechable al toser o estornudar, y tire el pañuelo en un basurero después de usarlo.
- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón, especialmente después de toser o de estornudar. Se aconseja el uso de soluciones desinfectantes a base de gel de alcohol, cuando no se tiene agua y jabón.
- Evite el contacto cercano con personas que estén enfermas.
- Evite tocarse los ojos, la nariz y/o la boca pues son las puertas de entrada de los gérmenes al interior del cuerpo.
- Quédese en casa y no valla al trabajo o la escuela si usted se enferma y limite el contacto con otras personas para prevenir que ellos se enfermen.

Para obtener información sobre las clínicas comunitarias y los horarios de atención, por favor visite el sitio web del Departamento de Salud Pública del Condado de San Bernardino en el sitio: www.sbcounty.gov/dph o llame al Sección de Enfermedades Transmisibles al 1-800-722-4794, de Lunes a Viernes, desde las 8 a.m. hasta las 5 p.m.

# # #

GREGORY C. DEVEREAUX
Chief Executive Officer

Board of Supervisors
BRAD MITZELFELT, VICE-CHAIRMAN……First District
JANICE RUTHERFORD ……..Second District
JOSIE GONZALES, CHAIR……Fifth District
NEIL DERRY……..Third District
GARY C. OVITT…..……Fourth District